

# Técnico en Resiliencia y Coaching Personal

**integrando**  
Excelencia

Entrenamiento Internacional: Madrid (España) y Bogotá (Colombia)



**IRY DE**  
INSTITUTO PARA  
LA RESILIENCIA Y  
EL DESARROLLO  
EMOCIONAL



**VILLANUEVA**  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



[www.integrandoexcelencia.es](http://www.integrandoexcelencia.es)  
[informacion@integrandoexcelencia.es](mailto:informacion@integrandoexcelencia.es)  
C/ Ríos Rosas 44A 2ºF, 28003 Madrid  
Teléfono: +34 91 014 73 89



## Nuestra Visión

**Nuestra Visión:** dotar a los profesionales de todos los sectores de los recursos necesarios para mejorar la comunicación en todas las direcciones, desarrollar su potencial y vivir con más armonía personal y relacional, consiguiendo ser más felices en el camino. Ofrecer a la sociedad profesionales de calidad del Coaching con el rigor que requiere esta profesión de autentico servicio.

*“Dedicamos gran parte de nuestro tiempo a estudiar, nos han formado para SABER y SABER HACER: en nuestra profesión, carrera, carnet de conducir, tocar un instrumento, academias, etc., pero ¿Quién nos enseña CÓMO ser más felices, comunicarnos con asertividad, trabajar en equipo de forma eficiente y alegre...? Podemos saber chino y pilotar aviones, pero es necesario pilotar nuestra vida para no perder el rumbo y llegar a puerto. La realidad es que el logro de SABER SER se hace imprescindible, por lo que dedicar los recursos necesarios es la forma más inteligente de darnos la oportunidad de disfrutar y estar centrados en la vida. Tenemos la experiencia de que unas vacaciones, o un mejor peso no termina de llenarnos.”*

REYES RITE

Coach Ejecutiva y de equipos. Directora General de IEx. Presidenta de IRYDE.

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





# Nuestra Visión

**Nuestra Misión:** con este programa, hemos diseñado un entrenamiento completo para el desarrollo personal y profesional en el que se practican y adquieren las herramientas básicas de la metodología del Coaching aplicables en el trabajo y en la propia vida, consiguiendo el autoliderazgo y la posibilidad de influir positivamente en los demás y en los equipos.

**Nuestra creencia poderosa:** todo lo que una persona necesita para ser feliz y alcanzar su misión, está dentro de ella. El potencial humano es imponente y su puesta en acción asequible a todos.



Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





## ¿Qué te parecería dominar los recursos para...

- ⇒ Mantener el equilibrio y la armonía interior sin que las circunstancias externas te puedan?
- ⇒ Manejar los conflictos personales y laborales de forma constructiva?
- ⇒ Conseguir un estado de ánimo constante alegre y creativo?
- ⇒ Mejorar la autoestima, asertividad y capacidad de comunicación?
- ⇒ Manejar la técnica del Coaching para generar cambios productivos en ti y en los demás?
- ⇒ Hacer planes audaces y realistas para el logro de objetivos?
- ⇒ Formular preguntas creativas y poderosas para avanzar?
- ⇒ Fluir con pasión e ilusión en tu vida diaria y en el futuro para alcanzar tus sueños?

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





## ¿Cómo lo hacemos?

Con un conjunto de metodologías que se integran para dotar de recursos sencillos y prácticos al participante, que desde el principio practica e incorpora como recursos propios.

Combinamos:

⇒ **Aprender haciendo. “Learning by doing”.**

Conocer las competencias para mantener conversaciones de Coaching de manera profesional y con rigor científico desde el enfoque específico de la Resiliencia.

⇒ **Aprehender entrenando y practicando. “Apprehend training and practicing”.**

*(Aprehender: asimilar conocimientos sin necesidad de estudiar. Estos aprendizajes jamás se olvidan)*

Practicar e interactuar intensiva y dinámicamente con el Coaching, asimilando e integrando la metodología de tal manera que lo hagamos propia.

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





¿Cómo lo hacemos?

⇒ **Liderar colaborando. “Lead Collaborating”.**

Experimentar en primera persona el Coaching a través de un apasionante proceso personal que lleva a la transformación, y a saber cómo ser cada día más feliz a pesar de las dificultades de la vida.

Y continuar entrenando en el tiempo con el **Set de Herramientas Flexibles “Flexible Toolkit”**

C+C+A



Conocimientos actualizados y rigurosos



Actitudes positivas y bien entrenadas que nos acompañan toda la vida



Plan de acción claro, eficiente y continuado hasta el logro

**Con la fórmula IEx**

Todo lo que una persona necesita para ser feliz y alcanzar su Misión, está dentro de ella. El potencial humano es imponente y su puesta en Acción asequible a todos.

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





## Objetivos

**APRENDER A MANEJAR** y ejercer la metodología del Coaching de forma eficiente y con rigor científico desde el enfoque y calidad exigidos por la OCC-I para los que quieren ser Coaches profesionales.

**VIVIR** de manera experiencial el Coaching en primera persona, y entrenar el método de desarrollo personal con la base en la Resiliencia humana propia de IEX, que se enriquece con estudios específicos de Neurociencia sobre del cerebro humano, que se llevan a cabo en colaboración con la línea de investigación de IRYDE.

**ACOMPañAR** con las prácticas de Coaching, -¡en una experiencia apasionante y enriquecedora!-, del poder que esta metodología tiene para lograr que los propios coachees sean los que consigan sus objetivos.

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





## ¿A quién va dirigido?

- ⇒ A profesionales de diversos sectores, entre ellos de Recursos Humanos, que quieren aplicar herramientas de Coaching a nivel interno en su organización, para mejorar resultados
- ⇒ A personas que quieren potenciar su desarrollo personal y poner rumbo a la excelencia en su vida para ser más felices
- ⇒ A personas que quieren gestionar la comunicación y las relaciones interpersonales con éxito
- ⇒ A personas que piensan en el Coaching como un posible trabajo profesional *part time* o *full time*
- ⇒ Directivos para ser líder coach en sus equipos



Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:







Carga lectiva: Total 175 horas

- ⇒ Formación presencial intensiva: 52 horas
- ⇒ Formación presencial online: 8 horas.
- ⇒ Observatorio de Calidad\*: 4 horas.
- ⇒ 4 Sesiones de Coaching Personal\*\*: 6 horas.
- ⇒ Examen teórico y trabajo personal\*\*\*: 83 horas.
- ⇒ Prácticas. Procesos de Coaching\*\*\*\*: 20 horas
- ⇒ Examen OCC-I\*\*\*\*\*: 2 horas

**integrando**  
Excelencia



**Cabeza**

**Corazón**

**Acción**

C/ Ríos Rosas 44A  
28003 Madrid  
Tlf. 91 0147 389

informacion@integrandoexcelencia.es  
www.integrandoexcelencia.es

Certificado por:



Carga lectiva: Total 175 horas

\* Observatorio de Calidad (OC)

*Espacio en el que se vive en primera persona una sesión real de Coaching participando del Feedback de la misma, en la que contrastar las mejoras que se necesitan y los avances en el ejercicio de la metodología.*

*Puede seguirse de modo online o presencial.*



\*\* 4 Sesiones de Coaching Personal y Mentoring para las prácticas

*Los participantes tendrán un proceso de Coaching Personal para alcanzar sus propios objetivos y al final de la sesión un tiempo de Mentoring para contrastar la marcha de prácticas.*

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





Carga lectiva: Total 175 horas

### \*\*\*Examen y trabajo personal

Los alumnos realizarán un examen teórico al finalizar el programa para obtener la certificación.

Leerán de forma obligatoria al menos dos libros a elegir entre la bibliografía proporcionada y diseñarán un cuaderno de bitácora para aplicar en sus procesos.

### \*\*\*\* Prácticas: 4 Procesos de Coaching

Los alumnos llevarán a cabo sus prácticas con cuatro procesos de coaching personal de al menos 4 sesiones cada uno.

Los coachees, serán personas desconocidas proporcionados por la bolsa de IEx. A esta bolsa de coachees cada alumno podrá contribuir con hasta 6 personas a las que quieran beneficiar y darles la oportunidad de tener un proceso gratuito.

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





Carga lectiva: Total 175 horas

**\*\*\*\* Examen OCC-I: para obtención del título Técnico en Coaching**

*Para obtener este título los participantes del programa deberán superar un examen que tendrá lugar en la sede de IEx con presencia virtual o física de los certificadores de la OCC-I.*

*A los 30 días laborables de la fecha de examen, cada alumno que lo haya aprobado, recibirá su título de Técnico e Coaching y aparecerá su nombre y apellidos en la web de OCC-I.*

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





## Títulos , certificaciones y acreditaciones

Con la superación del examen que lleva a cabo IEx al finalizar el programa, si el alumno obtiene una calificación igual o superior a 7 obtiene:

**Técnico en Resiliencia y Coaching Personal**, acreditado con 12 créditos del Centro Universitario Villanueva, adscrito a la Universidad Complutense de Madrid, la acreditación del Instituto para la Resiliencia y el Desarrollo Emocional (IRYDE) y del Instituto de Certificación de Competencias Profesionales y Desempeño ético.

### Título Técnico en Coaching

Certificado por la OCC-I, que es un Organismo Internacional Certificador de Coaches Profesionales. Comprometidos con la excelencia profesional.

<http://occ-internacional.com/>

Este título, lo obtienen los alumnos que hayan superado el examen de esta entidad.

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





## Títulos , certificaciones y acreditaciones

Para aquellos participantes que quieran dedicarse al Coaching de forma profesional, podrán continuar el proceso de acreditación con la OCC-I con ventajas económicas.

Esta continuación del proceso de formación no está incluida en el precio del programa y deberán abonarla directamente a la OCC-I.

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





CONTROL  
COGNITIVO



CONTROL  
EMOCIONAL



CONTROL  
EJECUTIVO



CEREBRO  
SOCIAL

Contenido

Módulo I

## Entrenamiento para el éxito personal y profesional. Condiciones previas del Coach

- ⇒ El cerebro humano. Características, desarrollo y evolución
- ⇒ Cerebro y proceso de cambio
- ⇒ Neurociencia y desarrollo del talento
- ⇒ Claves y proceso de la Resiliencia humana
- ⇒ El poder de la Triple A: Alegría, Autoestima y Asertividad
- ⇒ Cómo pasar de ser víctima a ser responsable de mi propia vida gestionando mis emociones
- ⇒ Claves para el conocimiento propio y para hacer un plan de acción personal con éxito
- ⇒ ¿Qué significa que todo lo que necesito está dentro de mi y cómo potenciarlo?. Detección de creencias y valores

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





CONTROL  
COGNITIVO



CONTROL  
EMOCIONAL



CONTROL  
EJECUTIVO



CEREBRO  
SOCIAL

Contenido

Módulo I

## Entrenamiento para el éxito personal y profesional. Condiciones previas del Coach

- ⇒ ¿Qué es el Coaching?. Concepto, origen y fundamentos según OCC-I e ICF
- ⇒ Principales asociaciones del Coaching
- ⇒ ¿Qué es y qué no es Coaching? Diferencias con Mentoring, Counseling, etc..
- ⇒ Tipos de Coaching
- ⇒ Parte racional y parte emocional de la conversación de Coaching
- ⇒ Distinción entre expectativas, metas, objetivos y tareas.
- ⇒ Sesiones de Coaching inspiradoras y habilidades prácticas claves.
- ⇒ Herramientas básicas para utilizar ¡YA! El Coaching.



Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:







CONTROL  
COGNITIVO



CONTROL  
EMOCIONAL



CONTROL  
EJECUTIVO



CEREBRO  
SOCIAL

Contenido

Módulo II

## Entrenando a Entrenadores. Proceso y método del Coaching Profesional

- ⇒ La alianza del Coaching
- ⇒ Relación Coach – Cliente. Aspecto éticos y logísticos
- ⇒ Habilidades estratégicas del Coaching según OCCI e ICF
- ⇒ Cualidades específicas de un coach según OCCI e ICF
- ⇒ La metodología del proceso de Coaching. Prácticas y herramientas paso a paso
- ⇒ Modelos de Coaching según el tipo de objetivo: GROW, PURE...

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





CONTROL  
COGNITIVO



CONTROL  
EMOCIONAL



CONTROL  
EJECUTIVO



CEREBRO  
SOCIAL

Contenido

Módulo II

## Entrenando a Entrenadores. Proceso y método del Coaching Profesional

- ⇒ Feedforward
- ⇒ Parte emocional de la conversación del coaching: Empatía y rapport, comunicación no verbal, escucha activa y feedback constructivo
- ⇒ Escucha y Preguntas poderosas según OCCI e ICF
- ⇒ El poder del silencio
- ⇒ Prácticas



Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





CONTROL  
COGNITIVO



CONTROL  
EMOCIONAL



CONTROL  
EJECUTIVO



CEREBRO  
SOCIAL

Contenido

Módulo III

## Entrenamientos Online. Herramientas para el enriquecimiento del proceso de Coaching

- ⇒ Inteligencia Emocional:
  - > Introducción a la Inteligencia Emocional
  - > Las emociones y su funcionalidad
  - > Herramientas para la gestión emocional
- ⇒ El proceso de cambio. El duelo
  - > Fases
  - > Objetivo y gestión del duelo
- ⇒ Recursos y herramientas para el autoliderazgo
- ⇒ Herramientas para el trabajo con labores en Coaching
- ⇒ Herramientas sistémicas para potenciar el lenguaje.
- ⇒ Coaching para adolescentes

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:



# INTENSIVO PRESENCIAL MADRID



## Fechas y horarios

MÓDULO I * OPCION -A-	
Sesión presencial	23, 24 y 25 noviembre 2018
Observatorio de calidad	27 noviembre 2018
Sesión online presencial	15 enero 2019

MÓDULO II	
Sesión presencial	26, 27 Y 28 abril 2019
Observatorio de calidad	14 mayo 2019
Sesión online presencial	7 y 21 de mayo 2019

<u>PRESENCIAL</u>	
Viernes	16:00 h. a 22:00 h.
Sábado	9:00 h. a 14:00 h. 15:00 h. a 20:00 h
Domingo	9:00 h. a 14:00 h. 15:00 h. a 20:00 h

<u>OBSERVATORIO</u>	19:00 h. a 21:00 h.
<u>ONLINE</u>	19:00 h. a 21:00 h.

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:





Inversión

### PRONTO PAGO

1.945€

Un único pago a realizar un mes antes del comienzo de la formación

### A PLAZOS

2.310 €

3 plazos de 770 €

Primer plazo un mes antes del comienzo de la formación

Segundo y tercer plazo del 1 al 10 los meses siguientes

*\*Nota: Imprescindible reserva de plaza. 250€ que se descontarán del total*

Certificado por:



VILLANUEVA  
CENTRO UNIVERSITARIO  
UNIVERSIDAD COMPLUTENSE MADRID



INSTITUTO DE CERTIFICACIÓN  
DE COMPETENCIAS PROFESIONALES  
Y DESEMPEÑO ÉTICO



Dirigido por:

integrando  
Excelencia

# ¡ Te esperamos !



[www.integrandoexcelencia.es](http://www.integrandoexcelencia.es)

[informacion@integrandoexcelencia.es](mailto:informacion@integrandoexcelencia.es)

C/ Ríos Rosas 44A 2ºF, 28003 Madrid

Teléfono: +34 91 014 73 89

**integrando**  
Excelencia